

**ПО УТВЕРЖДЕНИЯМ СОЦИОЛОГОВ, ЗА ПОСЛЕДНИЕ 10 ЛЕТ УРОВЕНЬ ОБЩЕНИЯ МЕЖДУ ПОДРОСТКАМИ ИЗМЕНИЛСЯ КАРДИНАЛЬНО. ХАМСТВО СТАЛО НОРМОЙ, ТЕПЕРЬ НЕЦЕНЗУРНЫЕ ВЫРАЖЕНИЯ ОТ ПОДРОСТКОВ СЛЫШНЫ НА КАЖДОМ ШАГУ, А «ПОСЛАТЬ» ОНИ МОГУТ ЛЮБОГО, НЕВЗИРАЯ НА ВОЗРАСТ И ПОЛОЖЕНИЕ.**



*Как быть, если вашего ребёнка унижают? Надо ли самим разбираться с обидчиками, идти жаловаться или, может быть, лучше уговорить его потерпеть? На эти и другие вопросы «АиФ Дагестан» отвечает социальный педагог, отличник образования РД, эксперт Общественной палаты РД Эльза Бегеева.*

#### ЧЕГО ХОЧЕТ ДРАЧУН?

— Эльза Бегеевна, говорят дети — это «цветы жизни»: милые, ласковые и наивные. В какой момент проявляется другая личина — жестокая? Почему им хочется бить, унижать и издеваться?

— Причины подростковой жестокости кроются в жизни всего нашего общества — это неблагополучные семьи, окружение, в котором пребывает подросток, общение в школе, СМИ. Сегодня практически в каждом классе есть ученики, которые становятся объектами насмешек и открытых издевательств. И в группе риска может оказаться практически любой.

Сейчас появился даже специальный термин «буллинг», который в переводе с английского означает запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе. Раньше это было просто житейское понятие, но в последние 20 лет оно стало термином, за которым стоит целая совокупность социальных, психологических и педагогических проблем.

Уверена, что большинство из нас без труда вспомнит подобные истории из школьного детства. Если травлили не вас, то преследовали вашего одноклассника. Многие знаменитости время от времени рассказывают о том, как им было некомфортно в школе и каким систематическим нападениям они подвергались от одноклассников. Увы, но травля в школе или детском саду давно не прецедент. И часто корни этого явления растут из семьи.

— Как родителям воспитать ребёнка так, чтобы он не стал жертвой сверстников?

— Чаще всего это тревожные, молчаливые и сдержанные дети. Не всегда они чем-то отличаются от других. Если в семье есть авторитарная мама, подавляю-

щая ребёнка, то у него может быть сформирован стереотип поведения «жертвы». Малыш, который привык, что его ругают, принимает насилие по отношению к себе как обыденную ситуацию, не может дать отпор обидчику. А может, ребёнок, наоборот, выдаёт такую бурную реакцию, что дразнить его становится интересно. Такое часто бывает у детей с определёнными особенностями характера.

— Кто отвечает за то, что ситуация накалилась?

— Часто в ситуациях насилия участвуют несколько сторон. Как правило, большая часть участников занимают или обвинительную, или нейтральную позицию. Я считаю, что в первых рядах «виноватых» должны стоять взрослые — педагоги и родители. Поскольку дети — это люди с маленьким социальным опытом.

Если в классе или группе детского сада возникла ситуация травли, ответственность несёт в первую очередь педагог, который не занимался профилактикой, не смог создать из группы школьников коллектив, не потратил время на обучение детей навыкам эффективного взаимодействия. Кроме этого, педагог не смог выявить начальную стадию буллинга и не вмешался. А может, как-то сделал замечание ребёнку, а дети восприняли это как призыв дразнить.

Во вторую очередь — родители, которые не заметили подавленности, тревожности ребёнка. Не смогли выстроить с ним доверительные отношения и поэтому узнали о положении дел в критический момент.

#### ПРОТИВОСТОЯТЬ ОБИДЧИКУ

— Неблагозвучная фамилия, внешность с изюминкой, худоба/полнота, необычные хобби — эти особенности несовершеннолетнего зачастую становятся поводом для травли. Можно ли её предотвратить?

— Если у ребёнка нет опыта общения в коллективе, может быть, он не ходил в садик, находился на домашнем обучении, то надо ему помочь. Приглашать одноклассников в гости, устроить совместный поход куда-то. Симпатизирующая вашему ребёнку группа детей станет в дальнейшем его буферной зоной.

Необходимо научить противостоять обидчику. Он сможет дать отпор, призвав на помощь друзей. Если буллер (агрессор) не получит желаемого — слёз жертвы, просьбы о помиловании, — он потеряет интерес и скорее всего отстанет.

— Агрессору нужны именно слёзы жертвы?

— Часто целью травли становится необходимое буллеру подтверждение его власти, силы. И это в большей степени объясняет, почему этот процесс становится затяжным, не однообразным. У буллера, как правило, нет цели довести ситуацию до трагической развязки. Ему,

# НОСОМ НЕ ВЫШЕЛ

Э. Бегеева о том, как не стать жертвой детской травли



???

как бы странно это ни звучало, нет в этом никакого резона. Он просто постоянно должен доказывать своему окружению, что силен. Достигается это тем, что выбранная жертва смиренно признаёт его физическое и психологическое превосходство.

Важная деталь: признание власти и силы обязательно должно быть публичным. Поэтому в наше время публичные унижения записываются и выставляются в сеть.

— Моральная травля для многих детей бывает хуже физических унижений. Как понять, что ребёнок стал жертвой?

— Если вы заметили у своего ребёнка такие симптомы, как: нервный тик, проблемы с аппетитом, недержание, подавленное состояние, печальный вид, резкий отказ идти в садик или школу, частые простуды или



**ЗАМКНУТОСТЬ И СКЛОННОСТЬ К УЕДИНЕНИЮ, ПЛОХАЯ УСПЕВАЕМОСТЬ — ВСЁ ЭТО ГОВОРИТ О ТОМ, ЧТО РЕБЁНОК ПЕРЕЖИВАЕТ.**

жалобы, например, на боль в животе, это тревожный признак. Поговорите с ребёнком. Замкнутость и склонность к уединению, плохая успеваемость — всё это говорит о том, что ребёнок переживает. Родителям нужно постараться понять ситуацию объективно. Действительно ли это травля или банальный, пусть болезненный и острый, конфликт. Конфликт — всегда история личностная. В случае травли люди объединяются против кого-то одного. Проанализировать самому или со специалистами ситуацию, рассмотреть позиции и поведение с разных сторон. Обратиться к специалистам школы: классному руководителю, психологу, социальному педагогу, к независимым специалистам, чтобы понять, какое у ребёнка сейчас эмоциональное состояние, какие есть психотравмирующие условия и так далее.

Медлить нельзя. Систематическая травля без вмешательства со стороны взрослого приводит к тяжёлым последствиям.

#### ВАМ МОЖНО, А МНЕ НЕЛЬЗЯ?

— Вы говорите, что жаловаться надо классному руководителю, но бывает, что учитель, сам того не подозревая, унижает ребёнка при всём классе. За рубежом есть программы противодействия буллингу, а у нас их нет. Может быть, каждой школе нужно просто вводить правило нулевой терпимости к агрессии со стороны других детей и преподавателей?

— Идея отличная, но жаль, что этой проблеме власти Дагестана не уделяют внимания. Конечно, неприятие буллинга должно быть и правилом, и позицией школы. Представьте, например, как было бы замечательно, если учитель, собирая всех детей в классе, скажет важную вещь: если вы пришли сюда все вместе, то вы все вместе должны будете

зывается вишенкой на торте. Есть над чем задуматься, правда?

— Как должен вести себя родитель, узнав, что ребёнок подвергается издевательствам со стороны недружелюбных сверстников?

— Всегда быть на стороне ребёнка — ему важно чувствовать тыл. И только в случае крепкого тыла ребёнок скажет правду. Донести ситуацию до преподавателя. Рассказать, что родитель в курсе ситуации, что верит своему ребёнку, что просит помощи в решении проблемы. Не влезать в коммуникацию детей. Возможно, нужно привлечь школьного психолога, чтобы он провёл психологические упражнения в классе, поработал с каждым лично. Помог агрессору осознать, что он получает от травли, и найти решение, как почувствовать себя значимым другими способами.

Нужно оказать специализированную помощь ребёнку: медицинскую, психологическую, чтобы у ребёнка не формировался комплекс неполноценности. Обычно психотерапия направлена на гармонизацию эмоциональной сферы (выведение из состояния подавленности в ресурсное) и обучение навыкам уверенного поведения.

Главное, чтобы ребёнок находился в среде людей доброжелательных, объединённых общими интересами. В такой среде формируются конструктивные способы взаимодействия, повышается самооценка, улучшается самочувствие, формируются цели, перспективы, будущее.

Можно сменить школу, если становится понятно, что на ситуацию повлиять нельзя. Важно не менять шило на мыло, а выбирать такое учебное заведение, где риски буллинга сведены к минимуму. Сделать это очень сложно, поскольку администрация школы, как правило, не выносит сор из избы. Признаком школы без насилия может быть открытость администрации и персонала. А также развёрнутая социально значимая внеурочная деятельность.

Ума СААДУЕВА